

2017年 5月

## 予定献立表

月		火		水		木		金		土	
1	胚芽ご飯 麻婆豆腐 胡瓜とわかめの酢の物 かき卵汁  丸ぼうろ パンダ乳 まめによるこぶ	2	こいのぼりオムライス 手羽元のマーマレード煮 ゆでとうもろこし 野菜スープ  クラッカー 給食用アイスクリーム(90) むぎちゃ	3		4		5		6	さかなそぼろご飯 豆腐とコーンのスープ ほうれん草のナムル 果物  やきいも パンダ乳
8	胚芽ご飯 豆腐の肉味噌あんかけ ゴーヤーサラダ 麩とねぎの清まし汁 果物  きなこトースト パンダ乳	9	胚芽ご飯 赤魚の照り焼き じゃがいも炒め 小松菜と油揚げの味噌汁	10	たけのこご飯 南瓜のモスクあんかけ コンソメスープ 型抜きチーズ  シリアル パンダ乳 果物	11	胚芽ご飯 魚のごまダレ焼き 野菜チャンプルー そうめん汁  いもドーナツ パンダ乳	12	スパゲティミートソース 温野菜サラダ 星の子スープ 果物  鮭おにぎり むぎちゃ	13	大豆ご飯 もやしの味噌汁 肉じゃが 果物  カルシウムほんせん パンダ乳 糸きりわかめ
15	もずく丼 ゆし豆腐(ねぎ) 大根のレモン漬 果物  フランスパンせんべい パンダ乳	16	胚芽ご飯 鶏の塩こうじ焼 マセドアンサラダ アーサ汁  冷しぜんざい 果物	17	胚芽ご飯 鯖のカレーピカタ 拌三絲 オニオンスープ  人参ロールパン 味付けいりこ パンダ乳	18	おべんとう  ヨーグルトのスフレケーキ むぎちゃ 果物	19	胚芽ご飯 豚生姜焼き ごまじゃこサラダ 豆苗スープ  ゴーヤー入スコーン パンダ乳	20	昆布ごはん じゃがいもの味噌汁 春雨ナムル  五穀かりんとう 豆乳 ブルー
22	タコライス マッシュポテト きのこの清まし汁 果物  鉄ゼリー パンダ乳 クラッカー	23	胚芽ご飯 和風ハンバーグ ゴーヤーチャンプルー わかめスープ オレンジゼリー  きなこクッキー むぎちゃ ブルー	24	胚芽ご飯 魚のチーズ揚げ くーぷいりちー 青梗菜とエノキの味噌汁  ひじきスティック 豆乳 果物	25	胚芽ご飯 タンドリーチキン 人参しりしりー しめじとそうめんの味噌汁  スイートポテト 味付けいりこ パンダ乳	26	ロールパン 鮭のムニエル キャベツサラダ 高野豆腐のクリーム煮 果物  おにぎり(ツナみそ) むぎちゃ	27	くふあじゅーしー とろろ昆布汁 麩チャンプルー 果物  はと麦おこし パンダ乳 糸きりわかめ
29	納豆ご飯 ちむしんじ 切干サラダ 果物  ちんすこう(黒ゴマ) パンダ乳 型抜きチーズ	30	胚芽ご飯 お魚ハンバーグ きんぴら炒め コーンスープ 固形ヨーグルト  たかはしもち むぎちゃ	31	ハリハリご飯 わかさぎのチーズフライ グリーンサラダ 高野豆腐の清し汁  海藻せんべい ブルー パンダ乳						

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。

2017年 5月

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	月	パンダ乳 沖縄豆腐 豚挽肉 みそ 卵	胚芽米 もちきび 米粒麦 ごま油 三温糖 片栗粉 丸ぼうろ	長ねぎ とう 人参 生姜 にんにく 胡瓜 トマト 乾燥わかめ ねぎ
2	火	卵 大豆水煮 手羽元	精白米 油 マーメイド(低糖) 本みりん 片栗粉 アイスクリーム クラッカー	玉葱 人参 ビーツ 胡瓜 ミトマト トマト キャベツ しめじ
3	水			
4	木			
5	金			
6	土	パンダ乳 鯖 絹ごし豆腐 卵	精白米 ごま油 三温糖 片栗粉 炒り胡麻 焼き芋	人参 じゃがいも 根みつば 生姜 とう 玉葱 みつ葉 納豆 小松菜
7	日			
8	月	パンダ乳 沖縄豆腐 豚挽肉 みそ きな粉	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 ごま油 おつゆ麩 フライパン バター	生姜 長ねぎ じゃがいも 人参 玉葱 ねぎ 果物
9	火	赤魚 豚肩ロース 油揚げ 味噌 卵 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん 油 じゃがいも 小麦粉 薄力粉 黒砂糖粉	生姜 人参 にんにく とう 小松菜
10	水	パンダ乳 豚挽肉 大豆水煮 型抜きチーズ	精白米 三温糖 片栗粉 シスコーン(プレーン)	人参 ゆで筍 根みつば 西洋南瓜 玉葱 もずく 人参 果物
11	木	パンダ乳 鯖 豚挽肉 卵 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 三温糖 本みりん 胡麻 そうめん(乾) さつま芋 小麦粉	キャベツ ビーツ 玉葱 人参 生椎茸 しめじ みつ葉
12	金	合挽肉 豚ハネ 鮭	スパゲッティ(乾) バター オリーブ油 マネー 片栗粉 精白米 油	玉葱 人参 トマト 加工野菜 西洋南瓜 人参 とう 加工野菜 果物
13	土	パンダ乳 大豆水煮 鶏肉 みそ 豚ロース	精白米 おつゆ麩 じゃがいも 本みりん 三温糖 油 カルシウムほんせん	干しひじき 人参 とう もやし ねぎ 玉葱 グリーンピース しらたき 糸きりわかめ 果物
14	日			
15	月	パンダ乳 豚挽肉 卵 ゆし豆腐 みそ 卵	精白米 ごま油 三温糖 フライパン マネー	もずく ビーツ 人参 生姜 ねぎ 大根 胡瓜 レンコン汁 果物 パプリカ(赤) とう
16	火	鶏肉 アーモンド 竹輪	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 じゃがいも マネー 金時豆 黒砂糖 白玉粉 押麦	胡瓜 人参 とう アーモンド(乾) ねぎ 果物
17	水	パンダ乳 鯖 卵 マネー 大豆水煮 味付けいりこ	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 春雨 胡麻 ごま油 三温糖 片栗粉 人参ロールパン	胡瓜 もやし 人参 玉葱 人参
18	木	プレーンヨーグルト 卵 普通牛乳	グラニュー糖 小麦粉	レンコン汁 果物
19	金	パンダ乳 豚肩ロース 卵 絹ごし豆腐 生クリーム	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん 油 片栗粉 白ごま ごま油 三温糖 薄力粉 無塩バター グラニュー糖	玉葱 生姜 キャベツ 人参 胡瓜 トウモロコシ しめじ 人参 じゃがいも
20	土	豚肉 みそ 豆乳	精白米 油 じゃがいも 緑豆春雨 ごま油 三温糖 五穀かりんとう	昆布(乾) 人参 玉葱 みつ葉 もやし 胡瓜 人参
21	日			
22	月	パンダ乳 合挽肉 アーモンド 普通牛乳	精白米 油 じゃがいも バター	玉葱 キャベツ トマト 人参 えのき しめじ ねぎ
23	火	鶏挽肉 沖縄豆腐 卵 きな粉	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 パン粉(乾) 本みりん ごま油 薄力粉 バター グラニュー糖	玉葱 じゃがいも 人参 もやし 乾燥わかめ えのき ねぎ 人参
24	水	キング 卵 マネー 豚肩ロース みそ 豆乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 パン粉(乾) 本みりん 油 ひじきスティック	刻み昆布 干椎茸 こんにゃく 人参 とう 人参 えのき 果物
25	木	パンダ乳 鶏肉 プレーンヨーグルト 卵 みそ 味付けいりこ	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 そうめん(乾) さつま芋 三温糖 バター 生クリーム	にんにく 人参 ビーツ 玉葱 しめじ ねぎ
26	金	鮭 凍り豆腐 普通牛乳 卵 みそ	卵 薄力粉 バター 油 オリーブ油 三温糖 上白糖 精白米	キャベツ 人参 人参 玉葱 人参 人参 果物 焼きのり
27	土	パンダ乳 豚挽肉 絹ごし豆腐 豚肩ロース	精白米 本みりん 油 おこし	干椎茸 じゃがいも 人参 ねぎ とうろ昆布 みつ葉 キャベツ 玉葱 とう 果物 糸きりわかめ
28	日			
29	月	パンダ乳 挽きわり納豆 豚ハネ 豚肩ロース みそ 卵 型抜きチーズ	胚芽米 もちきび 米粒麦 じゃがいも 胡麻 三温糖 薄力粉 油	にんにく 人参 玉葱 ねぎ 切り干し大根 胡瓜 果物
30	火	鯖 沖縄豆腐 鯖 卵 固形ヨーグルト きな粉	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 本みりん 三温糖 片栗粉 胡麻 油 片栗粉 さつま芋 もちこ むぎ粉 黒砂糖粉	玉葱 人参 じゃがいも しらたき とう 人参 とう 人参 人参
31	水	パンダ乳 わかさぎ 卵 マネー 卵 凍り豆腐	精白米 三温糖 薄力粉 油 オリーブ油 海藻せんべい	切り干し大根 人参 キャベツ 人参 胡瓜 えのき ねぎ 人参

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月齢に応じて食材、調理形態を変更することがあります。